

**DINAMIKA STRES IBU YANG MEMILIKI ANAK DENGAN
AUTISM SPECTRUM DISORDER**



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025**

DINAMIKA STRES IBU YANG MEMILIKI ANAK DENGAN AUTISM SPECTRUM DISORDER

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi.

Oleh:
Miracle Jehsae Charisma G.
21.E1.0330



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA SEMARANG
2025

Dinamika Stres Ibu Yang Memiliki Anak Dengan Autism Spectrum Disorder

The Stress Dynamics of Mothers Raising Children with Autism Spectrum Disorder

Miracle Jehsae Charisma G., Daniswara Agusta W.

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Ibu cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan ayah dalam menghadapi kondisi anak yang mengidap penyakit. Ibu yang memiliki anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) sering kali mengalami tekanan psikologis yang tinggi sebagai akibat dari beban pengasuhan yang kompleks. Stres ini muncul karena berbagai tantangan seperti keterbatasan komunikasi anak, perilaku repetitif, serta beban ekonomi dan sosial yang menyertainya. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dinamika stres yang dialami oleh ibu dengan anak ASD, termasuk faktor penyebab, bentuk reaksi emosional, dan bagaimana cara ibu untuk bangkit. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan metode studi kasus, melibatkan satu partisipan ibu yang memiliki anak dengan ASD. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres ibu muncul dari diagnosis awal anak, ketidakpastian masa depan, serta tekanan dari lingkungan sosial. Namun demikian, ibu menemukan cara bangkit seperti mencari dukungan sosial, meningkatkan religiusitas, dan memodifikasi pola pikir sebagai upaya mengelola stres. Penelitian ini memberikan wawasan penting bagi pendampingan psikologis dan intervensi sosial terhadap keluarga dengan anak ASD.

Kata Kunci : Stres, Ibu, Autism Spectrum Disorder (ASD)

Abstract

Mothers tend to experience higher levels of stress compared to fathers when dealing with a child suffering from an illness. Mothers of children with Autism Spectrum Disorder (ASD) often face significant psychological pressure due to the complex demands of caregiving. This stress arises from various challenges such as the child's limited communication abilities, repetitive behaviors, as well as accompanying economic and social burdens. This study aims to explore the dynamics of stress experienced by mothers of children with ASD, including its contributing factors, emotional responses, and the ways mothers manage to recover. This research adopts a qualitative method with a phenomenological approach and a case study design, involving one mother of a child with ASD as the participant. The findings reveal that maternal stress emerges from the initial

diagnosis of the child, uncertainty about the future, and social pressure. However, the mother found ways to cope, such as seeking social support, enhancing her religiosity, and shifting her mindset to better manage stress. This study provides valuable insights for psychological support and social interventions aimed at families of children with ASD.

Keywords : *Keywords: Stress, Mother, Autism Spectrum Disorder (ASD)*

PENDAHULUAN

UNICEF (2013) Mengatakan bahwa secara global, diperkirakan terdapat sekitar 93 juta anak—atau satu dari setiap 20 anak di bawah usia 14 tahun—yang hidup dengan disabilitas. Di Indonesia, jumlah anak berkebutuhan khusus (ABK) terus menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun. Menurut perkiraan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB), setidaknya 10 persen dari anak-anak usia sekolah di Indonesia memiliki kebutuhan khusus. Saat ini, jumlah anak usia sekolah antara 5 hingga 14 tahun di Indonesia mencapai sekitar 42,8 juta jiwa. (Satwika dkk, 2018). Menurut Karin dkk., (2023) mengatakan jika di Indonesia, dari setiap 1.000 kelahiran, terdapat sekitar 1 hingga 5 anak yang lahir dengan kondisi berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus (ABK) merupakan anak yang memiliki hambatan atau keunikan dalam aspek fisik, mental, intelektual, sosial maupun emosional yang berdampak signifikan terhadap pertumbuhan dan perkembangan mereka jika dibandingkan dengan anak-anak seusianya. Hal ini sejalan dengan pengertian ABK menurut (Setiawati & Nai'mah, 2020) Bahwa Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah individu yang menunjukkan perbedaan dibandingkan dengan anak-anak pada umumnya atau anak seusianya. Perbedaan tersebut mencakup gangguan atau penyimpangan dalam proses tumbuh kembang, baik yang berkaitan dengan aspek intelektual, fisik, sosial, maupun emosional. Jenis-jenis ABK menurut Kristiana dan Widayanti (2016) yaitu 1) tunagrahita, 2) kesulitan Belajar, 3) hiperaktif, 4) tunalaras , 5) tunarungu wicara , 6) tunanetra, 7) autistik, 8) tunadaksa, dan 9) anak berbakat.

Jumlah kasus anak dengan Autism Spectrum Disorder (ASD) di seluruh dunia terus mengalami peningkatan. Menurut Pratiwi dkk., (2023) Data dari *World Health Organization/WHO* 2018 menyatakan jika Secara global, diperkirakan satu dari setiap 160 anak mengalami ASD. Pada tahun 2000, prevalensi ASD adalah satu kasus dalam setiap 500 anak. Empat tahun kemudian, Menteri Kesehatan Siti Fadhilah Supari menyampaikan bahwa jumlah anak dengan ASD meningkat